

脊椎の病気

○ 頸椎症（頸椎定性脊髄症、頸椎定性神経根症）

頸椎に加齢に伴う変形が起こり、首や肩の痛み、肩こりなどが出現するものです。中には変形した骨や腫れてしまった靭帯により、脊髄が圧迫され、手や足のしびれ、手指の細かい動作の障害、歩行障害を来すことがある脊髄症や脊髄から枝分かれした神経の枝（神経根）が損傷すると、肩甲骨周囲や上肢へ放散する痛みを生じることもある神経根症があります。まずは、投薬やリハビリでの治療となりますが、脊髄症は放置しておく、障害が悪化・残存してしまうことがあり、手術治療を行うこともあります。

○ 脊椎椎体骨折（外傷性・骨粗鬆症性）

何らかの原因によって脊椎が骨折を起こすものです。若い人では比較的高エネルギーの働く外傷（けが）によって、高齢者では骨粗鬆症により骨がもろくなっている状態に、軽く尻餅をつくなどの比較的軽度のエネルギーによって発症することが多いです。胸椎から腰椎の境あたりで起こることが多く、腰痛を引き起こします。単純に潰れる骨折（圧迫骨折）、神経のトンネル側に破片が飛び出してしまう骨折（破裂骨折）があり、破裂骨折の中には下肢の麻痺やしびれなどの神経の障害を来すものがあり注意が必要です。治療はコルセットを装着して骨折部を安定化させることが基本ですが、神経障害を引き起こすもの、ひどい変形を来すもの、なかなか骨がくっつかない場合などは手術が必要となることがあります。

○ 腰部脊柱管狭窄症

頸椎症と同じように、変形した骨、椎間板、靭帯によって腰椎の位置で神経のトンネル（脊柱管）が狭くなってしまい、様々な症状を引き起こす疾患です。症状として腰痛、下肢のしびれ・痛み、筋力低下、歩行障害などを引き起こすことが多く、特に下肢のしびれや痛みにより、長い距離を歩けなくなり、途中で休憩が必要となる間欠性跛行は特徴的な症状の一つです。鎮痛薬や血流改善薬を用いた薬物治療が中心ですが、なかなか改善しない場合は、手術治療を行うこともあります。

○ 腰椎椎間板ヘルニア

せぼね（椎骨）とせぼねの間にあるクッションの役割を果たしているのが椎間板です。その椎間板は周囲のリング状の線維輪と、中央に位置している髄核と呼ばれるゼリー状の組織で構成されていますが、痛んでしまった線維輪の隙間から髄核が飛び出して神経の一部を圧迫、炎症を引き起こすために、腰痛、おしりや下肢の痛み、しびれを引き起こす疾患です。治療としては薬物療法、神経ブロック、体操などのリハビリ、コルセット固定による治療を行い、症状がなかなか改善しない場合は手術治療を検討します。

○ その他

脊椎に関係した疾患は多数あり、肩こり、頸部痛、腰痛のなかには腫瘍や感染（細菌、結核）などによるものが隠れていることもあります。当科では、手術を行わない治療である保存的治療はもちろん、検査、手術も行っており、地域の医療機関と連携して治療に当たっております。気になる症状がありましたら、かかりつけ医に相談していただく、当科を受診していただけたらと思います。

熱中症から身を守る

☀ 熱中症ってどんな病気

温度や湿度が高くなり、体内の水分や塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、けいれんや意識の異常など、様々な障害をおこす症状のことです。家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので注意が必要です。

☀ 熱中症を防ぐために

暑さ対策

- ☀ 室温は28度を超えないように、エアコンや扇風機を使いましょう。
- ☀ 外出するときは涼しい服装で、日よけ対策をしましょう。
- ☀ 無理をせずに適度に休憩しましょう。



脱水対策



- ☀ たくさんの汗をかいたら、のどが渇いていなくてもこまめに水分と塩分を補給しましょう。
- ☀ 水分と塩分を素早く補給できる経口補水液をうまく使いましょう。
- ☀ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力作りをしましょう。

☀ 子どもと高齢者は特に注意が必要

子どもの特徴

地面の照り返しにより高い温度にさらされやすく、汗腺などの体温調節機能が未熟なため、熱中症にかかりやすく注意が必要。



- ☀ 顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう
- ☀ 喉の渇きにに応じて水分補給や休憩をとりましょう
- ☀ 日頃から外遊びをさせて、暑さに慣れましょう
- ☀ 外出時は熱のこもりやすい服を避けましょう

高齢者の特徴

のどの渇きや暑さを感じにくい、汗をかきにくいなど体温を下げるための反応が弱くなっており、熱中症にかかりやすく注意が必要。



- ☀ のどが渇かなくても水分補給をしましょう
- ☀ 1日1回汗をかく運動をしましょう
- ☀ 普段と様子が違ったら、医療機関に受診しましょう
- ☀ 室温をこまめにチェックしましょう

☀ 熱中症には FIRST で対応

Fluid（フルード）：液体

Ice（アイス）：氷

Rest（レスト）：休憩

Sign（サイン）：兆候

Treatment（トリートメント）：治療

水分補給。意識がない場合は無理に飲ませず、119番通報。

衣服を緩め、氷や保冷材などを利用しからだを冷やす。

涼しい場所に移動して、休ませる。

15分ほど経過したら症状を確認。

症状の改善が見られなければ119番通報。

お知らせ

不整脈外来を開設

循環器内科は5月から不整脈分野の専門的診断と治療を行うことを目的に、日本不整脈心電学会の不整脈専門医資格を有する大口志央医師による不整脈専門外来を開設しました。不整脈の治療は日々大きく進歩しており、患者さんに適した治療を提供するために循環器内科医としての一般的な知識に加え、専門的な知識と経験が必要となります。

健康診断で不整脈を疑われた場合や動悸など不整脈でお困りのことがある場合は、かかりつけ医の先生に相談の上、当院を受診してください。



循環器内科 第二部長
大口 志央

肥満症治療外来を開設



糖尿病・内分泌内科は8月から高度肥満を治療することを目的に、肥満治療を専門とする医師による肥満症治療外来を開設しました。世界中で肥満人口が増加するとともに、肥満関連健康障害の重篤化や医療費の増大が問題となっていますが、国内で唯一の肥満症外科治療である「腹腔鏡下スリーブ状胃切除術」が当院でも7月から実施できるようになりました。糖尿病・内分泌内科と外科の医師を中心に複数の診療科の医師が携わり、看護協会認定看護師や管理栄養士、公認心理師など多職種で対応します。

対象は、BMIが35以上の高度肥満で糖尿病や脂質異常症、高血圧、睡眠時無呼吸症候群の病気を患っており、その他複数の適応条件を満たした患者さんです。高度肥満でお困りのことがありましたら、かかりつけ医の先生に相談の上、当院を受診してください。

栃ノ心関が病気に“うっちゃり”

春日野部屋の大関、栃ノ心関が7月3日に当院に慰問へ訪れました。小児科病棟では、七夕祭りに参加するとともに、病室を一部屋ずつ回り入院する子どもたちと手の大きさを比べたり、赤ちゃんを抱き上げたりと、患者さんや付添いの家族を励ました。あまりの迫力に泣き出だしてしまう赤ちゃんもみられました。また、診療棟中央ホールでは、患者さんや来院者らとの写真撮影に応じ、院内保育所の子どもたちから激励の花束を受け取り、「名古屋場所では皆さんに力強い相撲を見せたい」と意気込みを披露しました。

